

# LES ATELIERS

Améliorer la qualité de vie des personnes âgées. Maintenir et favoriser l'autonomie et le lien social aux travers d'activités physiques et intellectuelles.

Certains ateliers sont proposés avec accompagnement véhiculé aller et retour pour les personnes à mobilité réduite.

## Équilibre

Dans un cadre convivial, au travers de mouvements doux, maintenir la fonctionnalité articulaire et musculaire. Travail sur la respiration et la relaxation.

## Mémoire

Favoriser la mémoire sémantique, stimuler la réflexion, l'expression et la concentration dans un cadre ludique créateur de liens et de partage

## Tablette numérique

En toute décontraction, travailler la mémoire à partir des tablettes numériques (programme Happy neuron).

## Ateliers thématiques....



# NUMÉROS UTILES

## MÉDECINS

Dr IMBERT - Dr MANUEL	04 76 98 48 15
Dr ANDRE Pascale	04 76 29 17 82
Dr GIORDANO Audrey	09 87 18 04 10
Dr LAGADEC Jean (rhumato)	04 76 98 85 17

## PHARMACIES

Le Bourg	04 76 98 15 03
Le Palladium	04 76 98 03 98

## INFIRMIÈRES

Claix soins	04 76 40 90 88
Accueil Infirmiers Claix Village	06 40 15 01 38

## KINÉSITHÉRAPEUTES

ARTRU Marie-Anne	06 67 64 46 64
DICHAMPT Denis (dom.)	04 76 98 84 35
	04 76 98 76 15
DIENER Andrée	04 76 98 84 35
GUIGNARD Nathalie	09 60 18 11 42
TRENOUS Jean-Marc	06 08 02 96 30

## PEDICURE / PODOLOGUE

RIVEY Stéphanie/ODEYER Anne-Claire (dom.)	04 76 99 71 15
GAROT Christelle (dom.)	04 76 26 25 83

## PSYCHOLOGUES

CADOR Annie	04 76 98 69 19
LAMOUILLE Jean-Louis	06 08 00 37 47

## ASSOCIATIONS

CLUB 2000 - René FAURE	04 76 98 67 50
UNRPA - Robert BILLON-PERRON	06 37 33 33 21

# GUIDE PRATIQUE POUR LES PLUS DE 60 ANS



Votre interlocuteur :

# SERVICE DE GÉRONTOLOGIE

## LA VIE À DOMICILE

### Accompagnement médico-social

Suivi individuel, information, orientation et conseil aux personnes âgées et à leurs familles.

Aide aux démarches administratives  
Ouverture de droits liée au maintien à domicile.

Permanence sans rendez-vous les mercredis de 10h30 à 11h30 et sur RDV au 04 76 99 99 06.

### Services d'aide à domicile

*Service externe.*

Favoriser le maintien à domicile.  
Service d'aide humaine et domestique dans les actes de la vie quotidienne.

### Dispositif de Télé Assistance

*Service externe.*

Dispositif favorisant la sécurité à domicile.  
Mise en relation avec une plateforme téléphonique 24h/24 - 7j/7 en lien avec les pompiers.



### Portage de repas

Repas à domicile du lundi au dimanche (livraisons du lundi ou vendredi hors jours fériés).  
Réservation 48 heures à l'avance en jours ouvrables (hors week-end et jours fériés)  
*Tarifs : Consulter le service.*

### Appel âge

Dispositif d'appel téléphonique aux personnes âgées inscrites auprès du service de Gérontologie, suivi pour garder le lien.

### Navette du Palladium

Chaque vendredi matin accompagnement gratuit de Claixois à destination de Pont Rouge (aller-retour).  
*Inscription au service de gérontologie : 04 76 99 99 06*



## LA VIE À LA RÉSIDENCE

### La Résidence

Bâtiment d'habitat collectif situé au cœur du village composé de 20 appartements de type F1 bis de 33 m<sup>2</sup> et 1 appartement destiné à une personne à mobilité réduite, répartis sur 2 étages, desservis par un ascenseur. Il accueille des personnes retraitées à partir de 60 ans valides et autonomes.

### Services

**Restauration collective** du lundi au vendredi (week-end et jours fériés possibilité de portage de repas).

**Dispositif de télé assistance** 24h/24 – 7j/7

**Suivi individuel** et accompagnement des résidents, permanence prévention santé et visites de courtoisie.

### Hébergement temporaire

Possibilité d'hébergement temporaire selon les disponibilités.

### Temps festifs – Ateliers – Animation

